

• Peqqik

- [Hop til indhold](#)
- [Hop til sogning og navigation](#)
- [Hop til footer](#)

peqqik.gl

PEQQISSUTSIT NITTARTAKKAMI

vælg et emne

[DanskKalaallisut](#)

Ujaruk

[Attaveqarfissat](#)

... sammisaq toqqaruk

[danskkalaallisut](#)

Kommunerisat

[Qaasuitsup Kommunia](#)

[Qeqqata Kommunia](#)

[Kommuneqarfik Sermersooq](#)

[Kommune Kujalleq](#)

[Meeqqat](#)

- [Kigutigissaaneq](#)
- [Meeqqat nerisaqarnerat](#)
- [Isiginiarnermi ajornartorsiorneq](#)
- [Akiuussutissanik kapitineq](#)

[Corona peqqinnissaqarfillu](#)

[Coronavirus](#)

[Naartusoq](#)

- [Naartuneq](#)
- [Ernineq](#)
- [MANU](#)

[Inuunermi pissutsit](#)

- [Imigassaq](#)
- [Nerisaqarneq](#)

- [Timigissarnek](#)
- [Pujortarnek](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Nakorsaatit](#)

- [Nakorsaatit pisiassat](#)
- [Paasissutissiineq siunnersuinerlu](#)
- [Nakorsaataasivik -ammasarfiillu](#)
- [Umiaarsuarni nakorsaataasiviit nakorsaataasiviillu allat](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Ajornartorsiutigaara](#)

- [Aangajaarniutit – katsorsartinnissamut neqeroorutit](#)
- [Imigassaq](#)
- [Suliffeqarfiit aangajaarniutit pinnguaatillu pillugit suliniuteqarnerannut najoqqutassiaq](#)
- [Hashi](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Peqqinnissamik neqeroorutit](#)

- [Anigorsinnaangisamik nappaateqalerneq](#)
- [Uppernarsaatit](#)
- [Sungiusarneqarneq](#)
- [Tarnikkut nappaateqarneq](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Kigutinik isumaginninneq](#)

- [Siunnersuutitsialaat](#)
- [Nunaatsinni kigutigissaanermi anguniagassatut siunniussat](#)
- [Kigutigissarfiup Ullua](#)
- [Salik Kigutigissartog](#)

[Napparsimasunut paasissutissiineq](#)

- [Siunnersorti](#)
- [Unitsitaaneq](#)
- [Angalatilluni napparsimanermi ikiorneqarsinnaaneq](#)
- [Napparsimasut peqatigiiffii](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Aningaasaateqarfiit](#)

- [Peqqinnissamut tunngasunut illikartitat](#)

[Paasisitsiniutit](#)

- [Eqqartoruk](#)

[Pisussat](#)

- [Saqqummiineq - Kalaallit Nunaanni innuttaasut peqqissusaannik 2018-imi misissuineq](#)

[Meeqqat](#)

- [Kigutigissaaneq](#)
- [Meeqqat nerisaqarnerat](#)

Nerisaqarnermut innersuussutit qulit



PAASISSUTISSAT

Nerisaqarnermut innersuussutit qulit nerisaqarnermut timillu aalatittarnissaanut pisortatigoortumik kaammattuutaapput. Nerisavit imertakkavillu peqqinnartumik assigiinngiiaartumillu oqimaaqatigiinnissaannut innersuussutit najoqqutassaapput. Innersuussutit malillugit nerisaruit suut tamarmik inissaqarput, aamma vitamininik, mineralinik inuussutissanillu pingaarutilinnik allanik pisariaqartitatit pisassavatit. Oqimaappallaalernissallu pitsaaliorneqassaaq, soorlu aamma inooriaatsimik pissuteqartumik nappaateqalersinnaanerit, uummatip taqaatigut nappaateqalersinnaaneq, sukkortunngorsinnaaneq (type-2-diabetes) kræfteqalersinnaanerlu annikinnerussasut. Inuiaqatigiit kalaallit amerlanersaannut nerisaqarnermut innersuussutit qulit atuupput. Ilaatinneqanngitsut tassaapput meeqqat pingasut inorlugit ukiullit, inuillu nappaateqarnertik pissutigalugu allatut nerisaqartariaqartut.

NAMMINEQ QANOQ ILIUSEQARSINNAAVUNGA

Nerisaqarnermut innersuussutit qulit malillugit inuunissamut ilaqutariittut iliuuserisinnaasasi amerlaqaat.

- Nerisarnermi ileqqorisatit niuerniarnermi aallartittarput. Peqqinnartunik pisisarit.
- Assersuutigalugu sapaatip akunneranut nerisassasi pilersaarusiortakkit, immaqaa ilaqutariit tamarmiullusi, tassanilu sutornissasi pilersaarusiorlugit. Ilutigisaanik niuerniagassat allattukkit, taamaalillusi atugassasi eqqortut pisiariniassagassigik.
- Meeqqatit peqatigalugit igasarit.
- Meeqqat ilarpasuinut igaqataaffigisimasamik nerinissaat nuannernerusarpoq. Taamaattumik unnukkorsiutissanik iganermi meeqqatit igaqatigisakkit. Taamaalillutik peqqinnartunik nerisassiorneq ilikkassavaat. Aamma ilaqutariittut peqatigiinneruvoq nuannersoq.

SAQQUMMERSITAQ

Allagartaq amitsoq

[Nerisaqarnermut innersuussutit qulit allagartaq amitsoq](#)



Mappersagaaraq

Mappersagaaraq: [Nerisaqarnermut innersuussutit qulit](#)



Plakati

Plakati: [Nerisaqarnermut innersuussutit qulit](#)



NEQEROORUT

[Inuunerissarfii](#)

SAAFFIGINNINNISSAMUT PAASISSUTISSAT

Saaffigikkitt [inuunerissarfii](#)

Paasissutissat allat

[Inuunermi pissutsinut najoqqutassaq](#)

Nerisassiornermi najoqqutassanik paasiniaaffissat

<http://www.hjerteforeningen.dk/opskrifter/opskrifter/>

<http://www.cancer.dk/opskrifter/>

[NassiussigitPDF-iliariukEmbed](#)

NUTAARSIASSAQ24. septembarip 2021

[Tasiilami kigutigissarnermut ullorititaq](#)

COVID-19 pissutigalugu Nuna tamakkerlugu kigutigissarnermut ullorititaq 2020-imi taamaatiinnarneqareerluni 2021-imilu kinguartinneqareerluni septembarip ulluisa arfineq pingajuanni kiisami ingerlanneqarsinnaanngorpoq.



Nummi Peqqinnissaqarfimmi COVID-19-imut tunngatillugu periusissiaq nutaaq24. septembarip 2021

Nummi Peqqinnissaqarfimmi COVID-19-imut tunngatillugu periusissiaq nutaaq

Nummi covid 19-ip tuniluutilertornera pissutigalugu ullumikkumiit Dronning Ingridip Napparsimmavissuani, Peqqissaaviani kugutilerivinnilu atuutilersumik periusissiortoqarpoq.



Ilinniartitaaneq



Suliaqartunut



Info in English



Nutaarsiassat



Videreuddannelse



Saqqummersitat

Denne side bruger cookies for at gemme nogle informationer på din computer. Acceptér eller [læs mere her](#).